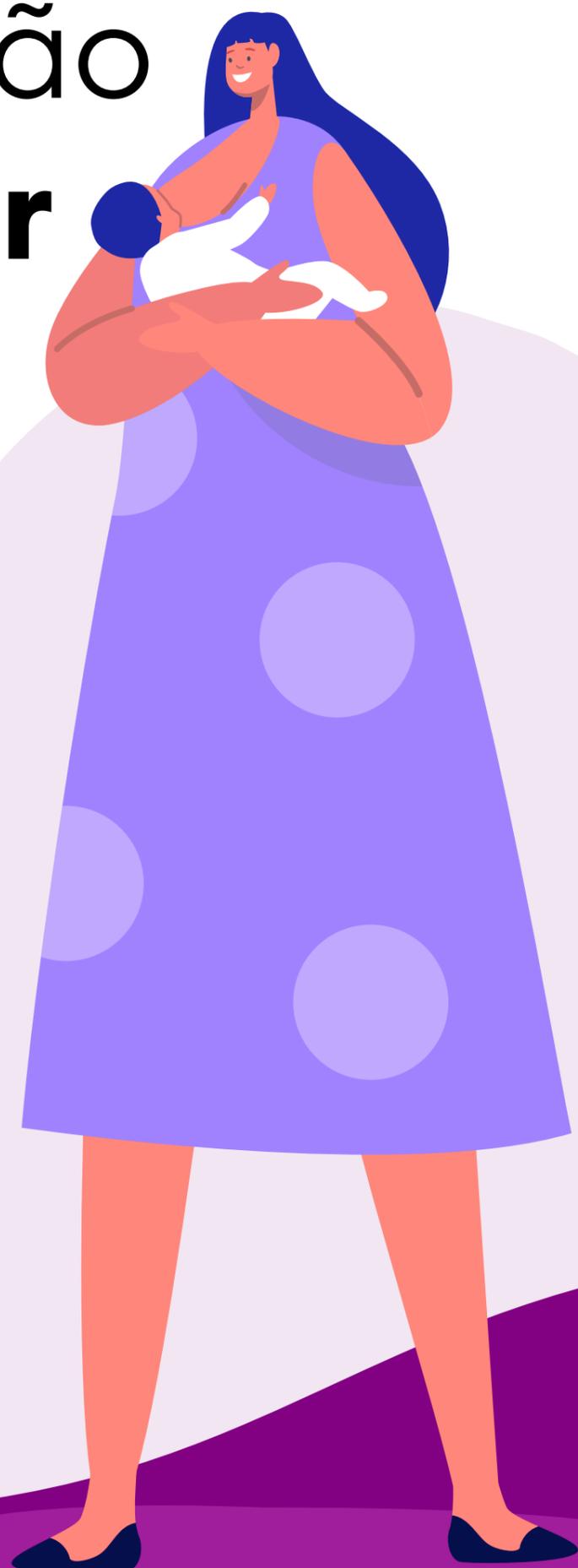


# A amamentação não precisa ser uma tarefa solitária



É comum sentir-se sozinha, sensível e cansada durante esse período. Por isso, uma rede de apoio faz toda a diferença. Mesmo que não tenha o amparo completo, não tenha receio de pedir ajuda para aqueles com quem pode contar.

## **Família**

Dividir os cuidados e as tarefas domésticas.

## **Parceiro(a)**

Apoiar, dar carinho e atenção, além de auxiliar no que for necessário.

## **Psicólogo**

Lidar com as emoções e mudanças dessa etapa.

## **Pediatra**

Tirar dúvidas e fornecer o acompanhamento para um período mais tranquilo e saudável.

## **Consultores em aleitamento**

Orientações e apoio para a continuidade e prolongamento da amamentação.

**1º DE AGOSTO**

Dia Mundial da Amamentação

**D'OR** consultoria